



Ewch â'r daflen yma a'ch cofnodion symptomau gyda chi pan fyddwch chi'n ymweld â'ch meddyg. Bydd y wybodaeth yma'n ddefnyddiol i'ch meddyg wrth benderfynu ar y llwybr triniaeth gorau i chi.

AMDANOCH CHI

Faint yw eich oedran?

Oes gennych berthnasau gwaed neu enetig sydd wedi cael diagnosis o endometriosis?

- Nac oes
- Oes - perthynas waed agos (rhiant neu chwaer)
- Oes - cyfnither, modryb neu Nain

Ydych chi'n cael mislif?

- Ydw
- Nac ydw

Pa mor hir yw eich cylchred fislifol fel arfer?

① *O ddiwrnod cyntaf un mislif i ddiwrnod cyntaf y mislif nesaf. Os yw eich cylchredau'n afreolaidd, mae'n iawn rhoi rhif cyfartalog.*

A ddechreuodd eich mislif cyntaf cyn i chi fod yn 12 oed?

- Do
- Naddo

Ydych chi'n cael rhyw?

- Ydw
- Nac ydw

Ydych chi byth yn profi poen dwfn yn y fagina yn ystod neu ar ôl rhyw treiddiol?

- Ydw
- Nac ydw

Ydych chi'n osgoi cael rhyw treiddiol oherwydd poen dwfn yn y fagina?

- Ydw
- Nac ydw

HANES MEDDYGOL

Sawl tro ydych chi wedi siarad gyda'ch Meddyg Teulu neu feddyg arall am y symptomau yma?

① *Nodwch bob ymgais, hyd yn oed y rhai nad oedd yn llwyddiannus.*

- Dw i erioed wedi gweld meddyg am y symptomau yma
- Dw i wedi gweld y meddyg unwaith
- 2-5 gwaith
- 5 neu fwy

Ydych chi wedi gweld gynaeolegydd am y symptomau yma?

- Do
- Naddo

Ydych chi wedi cael un o'r profion canlynol i gael diagnosis o'ch symptomau?

- Sgan uwchsain
- MRI
- aparosgopi

Ydych chi erioed wedi cael llawdriniaeth y pelfis?

① *Gallai hyn gynnwys tynnu'ch pendics, genedigaeth cesaraid, neu unrhyw lawdriniaeth gynaeolegol*

- Do
- Naddo

Ydych chi wedi cael eich profi am un o'r cyflyrau canlynol?

① *Mae'r cyflyrau yma'n rhannu rhai symptomau gydag endometriosis*

- Poen Pelfig Cronig
O leiaf chwe mis o boen cylchol neu barhaus o dan y botwm bol
- Coluddyn llidus neu lidiol
- Pledren lidus neu lidiol
- Gwaedu mislifol anarferol
Cyfeirir ato weithiau fel Gwaedu Crothol Camweithredol (DUB) neu Waedu Crothol Anarferol (AUB)
- Clefyd Llidiol Pelfig
- Anffrwythlondeb

Ydych chi wedi cael diagnosis o unrhyw fath mewn perthynas â'ch symptomau?

- Do
- Naddo

① *Os felly, nodwch pa ddiagnosis roddwyd i chi yn y blwch isod.*

Ydych chi'n cymryd un o'r meddyginiaethau canlynol yn rheolaidd?

① *Mae'r meddyginiaethau yma'n gallu rheoli symptomau'n ymwneud ag endometriosis. Ticiwch bob un sy'n berthnasol.*

- Dull atal cenhedlu hormonaidd
e.e. y bilsen, patsh ac ati
- Meddyginiaeth poen
- Gwrthiselyddion